

しょうぼう

違反対象物に係る公表制度について

違反対象物公表制度とは、利用者自らが建物の危険性に関する情報を入手し、その建物の利用について判断できるように、重大な消防法令違反の建物とその内容を公表する制度です。公表については、妹背牛町のホームページで公表します。

公表の対象となる建物は飲食店や物品販売店、社会福祉施設等が公表の対象となります。

公表の対象となる違反は、消防法令により設置が義務付けられている、屋内消火栓設備、スプリンクラー設備、自動火災報知設備が設置されていないものです。

公表する内容は、違反をした建物の名称、建物の所在地、違反の内容です。

また、違反が是正されたことを確認した場合は、違反に係る内容を妹背牛町のホームページから削除します。平成30年12月31日現在、妹背牛町では対象となる建物はありません。

スプレー缶の取扱いについて

先日、札幌市内において、屋内でスプレー缶のガス抜き作業中、従業員が手を洗おうと給湯器を点火したところ、室内に滞留していたガスが給湯器の火で引火し、爆発火災が起こりました。スプレー缶は使用方法を誤ると火災や爆発を起こす危険性があります。次のことに注意して取扱いましょう。

- ・スプレー缶を保管する場合は、暖房器具の近くなどの高温になる場所や直射日光の当たる場所を避けましょう。
- ・使用前に必ずスプレー缶の使用上の注意事項を確認しましょう。

・スプレー缶を廃棄する場合は、必ず中身を出し切り、穴を開けてから廃棄しましょう。ガス抜き作業は決して屋内では行わないで下さい。

スプレー缶の穴開けが出来ないという方は妹背牛消防で廃棄処理をしますのでお持ち下さい。

けんこう

怒りと上手に付き合つための「アンガーマネジメント」

怒りは人間にとって自然な感情の一つで、怒りのない人はいないし、なくすことも不可能

いんぷおめーしょん

情報蔵

information

です。

アンガーマネジメントとは、自分や他人の「怒り」に振り回されず、「怒り」を上手にコントロールすることで快適な生活やより良い人生を目指していくための手法です。

怒らないことを目指すといった精神修行ではなく、知識と技術を使って「怒り」を取り扱う「スキル」です。

怒りの背後の感情に寄り添う怒りは二次感情であると言われています。まず最初に「いらだち」「恐怖」「不安」「寂しさ」といった一次感情が怒りの背後に潜み、怒りは氷山の一角として噴出します。怒りにはそれらの「わかってもらいたい」一次感情が隠れているので、その感情に寄り添うことで、相手の怒

りが収まる場合もあります。不要な「すべき」を手放す

怒りは、自分が信じている「こうあるべき」という価値観が破られた時に生まれます。そのため、自分の中にどんな「こうすべき」「こうあるべき」があるか、自分はどんなポイントに反応しやすいのか、知っておくことが大切です。それは人によって違い、自分はどこまでならOKで、どこからがNGなのか、境界線を理解しておくことも役に立ちます。

例えば待ち合わせに関してなら、「待ち合わせ時間の5分前には絶対に来るべき」「5分以内の遅刻なら許せる」「連絡をくれれば30分遅刻してもOK」など人によってさまざまな基準があるでしょう。

自分の中に『すべき』が多く、強いほど怒りが生まれやすいので、不要な『べき』は捨て、「まあ許せるか」という許容範囲を広げていく努力も必要です。許容範囲が広がると怒りやイライラは軽減します。また、どうしても譲れない『べき』については、適切な表現で相手に伝えることが大切です。

衝動は6秒我慢する
怒りのピークは6秒間と云われています。そのため、この6秒間、怒りを抑えることができれば、怒りに任せた衝動的な行動を抑えることができます。衝動的な怒りに任せて行動することほど危険なことはありません。

「あおり運転」はまさにその典型と言えるでしょう。怒りを感じたらまずは6秒間

戸籍の窓

12月16日～1月15日 届け出分

お悔やみ 申し上げます

| | | |
|----------|-------|-----|
| 笹尾ヒサ子 さん | 12/16 | 80歳 |
| 村椿シズ子 さん | 12/29 | 89歳 |
| 塚目ユキ子 さん | 1/1 | 75歳 |
| 笹尾 和明 さん | 1/3 | 87歳 |
| 佐々木民子 さん | 1/4 | 73歳 |
| 新谷 豊 さん | 1/6 | 65歳 |
| 高田喜一郎 さん | 1/11 | 74歳 |
| 久保 哲也 さん | 1/12 | 80歳 |
| 吉原 政子 さん | 1/13 | 97歳 |

ご厚志ありがとうございました

妹背牛町社会福祉協議会

- 1区 辻村 静歌 様
夫 辻村 章 氏 死去に際して
- 1区 笹尾 文男 様
母 笹尾ヒサ子 氏 死去に際して
- 1区 村椿 光浩 様
母 村椿シズ子 氏 死去に際して
- 6区 笹尾 剛紀 様
父 笹尾 和明 氏 死去に際して
- 1区 新谷 晶子 様
夫 新谷 豊 氏 死去に際して



やり過ごす。これが大事です。

6秒間のやり過ごし方の例をいくつか紹介します。

- ①あえて頭の中を真っ白にする
- ②目の前の物に集中する（このボールペンの材質は？など）
- ③とりあえずその場を離れる（相手に伝えてから）
- ④怒りを数値化してみる（今の怒りレベルを10段階で評価すると？）

けいさつ

11月、町内で車上狙い2件発生

- ・カバン、財布類を見えるように置かない。
- ・車庫がある方は車庫内に駐車

近隣市町の事件の発生について

- ・空知管内でガラスを壊す車上狙いが連続発生しています。
- ・近隣市町でホームタンクから灯油が盗まれました。
- ・近隣市町で店舗兼住宅への忍び込みが発生しました。

冬型事故の防止について

- ・冬季はスリップ、視界不良などの事故が予想されます。
- ・急ブレーキ、急ハンドル、急アクセルにご注意を。
- ・日没が早く、歩行者の方は夜光反射材の活用を。

除雪時の事故防止

- ・この時期、家庭用除雪機の事故が発生しています。
- ・点検や整備など必要な場合のエンジン停止を。

・落雪、屋根からの転落にも十分にご注意ください。

ねんきん

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

年金制度は、日本を支えている皆さんの生活を守る大切な制度です。

日本の社会や経済が変化しても制度がきちんと保たれるように、様々な仕組みがあります。

その中の一つに、経済的に納付が困難である場合など一定条件を満たす方々への救済措置として、国民年金保険料の「全額免除」「一部免除」「納付猶予」「学生納付特例」があります。これらの制度は、適用される

制度によって違いがありますが、審査の際には、本人・配偶者・世帯主の前年所得が審査の対象となります。

申請し、審査が通った場合に適用されます。全額免除、一部免除

所得などの条件により保険料の納付が免除される制度です。

免除額は①全額免除、②一部免除（4分の3、半額、4分の1）があり、審査により1か月単位で免除されます。

免除期間は年金受給資格期間に反映されますが、②の場合は減額された保険料を納付されない限り、「未納」扱いとなり、年金受給資格期間には算入されません。納付猶予、学生納付特例

50歳未満の方（納付猶予）または学生の方（学生納付特例）は、審査により保険料の納付が1年ごとに猶予されます。

猶予期間中は年金受給資格期間に算入されますが、年金額の計算上は含まれません。

〈失業した場合の特例〉

失業した場合に保険料免除・納付猶予制度の申請を行う際は、失業した方の前年所得をゼロとみなして審査します。この特例は原則、失業した年またはその翌年に申請された場合に適用されます。

免除・納付猶予制度について、詳しくは、住民課住民グループ（☎32-2411内線135）へお問い合わせください。